



день:
возрастная категория:

3 среда 08.12.2021
7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-6з-2020	Салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцами	100	1,30	6,50	2,50	73,80
54-6м-2020	Биточек из говядины	120	16,44	15,72	14,9	265,6
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,10	5,30	19,80	139,40
54-7хн-2020	Компот из смеси из сухофруктов	200	0,60	0,00	22,70	93,20
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	100	2,55	3,39	20,91	124,35
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,60
	Итого:	720	27,14	31,37	102,47	800,45